

A photograph of a pink lotus flower in full bloom, surrounded by lily pads on a pond. The scene is captured in a soft, natural light, with the water reflecting the sky and the surrounding foliage. The lotus petals are a vibrant pink, and the lily pads are a deep green. The overall atmosphere is peaceful and serene.

Sayagyi U Ba Khin Gesellschaft Schweiz

Corso di meditazione vipassana

Meditazione Buddista Theravada
secondo la tradizione di Sayagyi
U Ba Khin

1. – 11. aprile 2010

Instruzioni: tedesco; traduzione su: inglese

Il corso consiste nell'insegnamento del Nobile Ottuplice Sentiero che è diviso in tre parti - Sila (moralità), Samadhi (concentrazione) e Pañña (saggezza o visione profonda).

Durante i primi cinque giorni sarà praticata la meditazione anapana con lo scopo di ottenere una mente calma e concentrata. I cinque giorni successivi saranno dedicati alla meditazione vipassana e tramite questa pratica gli studenti del corso avranno l'opportunità di fare esperienza personale dei tre elementi fondamentali dell'insegnamento di Buddha, vale a dire, Anicca (impermanenza), Dukkha (sofferenza), e Anatta (l'assenza di un sé permanente).

Luogo: Kiental, cantone Berna
Costi del corso: Fr. 590.– per pernottamento e pasti.
Il Dhamma, l'insegnamento, è trasmesso gratuitamente.
Iscrizione: Per favore spedire questo formulario al segretario.
Sayagi U Ba Khin Gesellschaft
Lochmatt 64, CH-3504 Oberhünigen
Telefono: 0041 (0)31 791 22 08
Informazioni per Internet: www.ubakhin.ch
per telefono: **Eugen Jung** insegnante regionale (solo in tedesco o inglese)
Telefono: 0041 (0)31 991 61 41, la sera
Mobile: 0041 (0)79 691 19 00
Therese Stemich
Telefono: 0041 (0)91 751 24 92
Mobile: 0041 (0)78 751 30 82

Sono interessato al corso dal 1 al 11 aprile 2008 a Kiental

Per favore mi spedisca un formulario d'iscrizione.

Cognome:

Nome:

Via:

NPA/Località:

Telefono:

Mobile:

E-Mail:
